

# Hãy bàn về...

## Giúp con chuẩn bị nhập viện

Việc phải đến bệnh viện có thể khiến trẻ cảm thấy sợ hãi. Việc chuẩn bị trước cho trẻ sẽ giúp trẻ bớt lo lắng hơn, cũng như sẵn sàng hơn để đối mặt với những điều sắp tới.

### Những điều cần nhớ:

- **Hãy sáng tạo:** Hãy nhờ con bạn vẽ tranh, làm biển hiệu hoặc thiệp để trang trí phòng bệnh.
- **Hãy thành thật:** Hãy giải thích lý do tại sao trẻ cần phải ở lại bệnh viện bằng những từ ngữ rõ ràng và đơn giản.
- **Cùng đọc sách:** Hãy sử dụng sách thiếu nhi để cho trẻ thấy bệnh viện trông như thế nào. Ngoài ra, trên trang web của Bệnh viện Nhi UC Davis cũng có các hình ảnh minh họa.
- **Đặt câu hỏi:** Khuyến khích trẻ đặt câu hỏi để các em có thể chuẩn bị sẵn sàng cho những gì đang diễn ra.
- **Chia sẻ kế hoạch:** Hãy cho bé biết bé sẽ ở lại bao lâu, và nhắc nhở bé rằng các bác sĩ và y tá luôn ở đó để giúp đỡ.
- **Cùng nhau soạn đồ:** Nếu bạn biết trước kế hoạch nhập viện, hãy để con giúp bạn thu xếp hành lý. Đừng quên:
  - **Các món đồ quen thuộc:** Một cái mền yêu thích, thú nhồi bông và những món đồ chơi quen thuộc.
  - **Hình ảnh:** Hình gia đình, bạn bè và thú cưng.



- **Giữ liên lạc:** Hãy giúp con bạn trò chuyện với bạn bè và người thân qua điện thoại hoặc cuộc gọi video.
- **Chơi đùa:** Hầu hết các bệnh viện nhi đều có các hoạt động nhằm khuyến khích việc vui chơi và tạo cảm giác bình thường. Hãy hỏi nhân viên xem bé có những lựa chọn nào.

Để biết thêm thông tin hoặc kết nối với Chuyên gia Hỗ trợ Đời sống Trẻ em, vui lòng truy cập: <http://ucdavis.health/childlife>